

<<学会调节血脂>>

图书基本信息

书名：<<学会调节血脂>>

13位ISBN编号：9787200057829

10位ISBN编号：7200057827

出版时间：2005-4

出版时间：北京出版社

作者：张劲勤 李成卫

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<学会调节血脂>>

### 内容概要

高脂血症危害严重，它可以引发动脉硬化，引起高血压、冠心病以及脑血管疾病等疾病。只有改变不健康的生活方式，与医生建立信赖关系，积极配合医生的治疗，加强自我监测，坚持长期保健策略，才能摆脱高脂血症的困扰。

#### 高脂血症知识教育

了解高脂血症的基本医学常识，做到心中有数。

#### 去医院看病

了解就医程序和医生对高脂血症的诊治过程。

#### 配合医生治疗

战胜高脂血症的关键。

饮食配合：合理的饮食调养，学会调节血脂。

药物配合：使你掌握正确的口服调节血脂药的方法。

运动配合：运动是生命和健康的源泉。

心理配合：血脂受情绪的影响，教你通过心理调适调节血脂。

#### 自我监测—并发症预防

调节血脂，使之保持在正常范围；防微杜渐，把并发症消灭在萌芽状态。

#### 自我治疗

展示多种简便使用的非药物调节血脂的疗法。

#### 长期保健策略

着重介绍高脂血症患者生活起居、衣食住行、工作出游等多方面的保健知识。

## &lt;&lt;学会调节血脂&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 高脂血症健康教育 基础知识 血中脂质异常升高称为高脂血症 脂类广泛分布于人体各组织 血脂是血液中所含脂质 血脂是怎么来的 胆固醇具有维持生命的重要作用 血中胆固醇过高过低都不好 胆固醇的代谢 甘油三酯含量增高可使体内有益胆固醇减少 甘油三酯的代谢 脂质以与蛋白质结合的形式溶于血液中 脂蛋白载体 载脂蛋白的生理功能 高密度脂蛋白能防止动脉硬化的发生 临床表现 高脂血症早期：无任何症状，但要警惕饭后2小时左右出现的背部疼痛 高脂血症晚期：脑卒中、心肌梗死等 病因 胆固醇和甘油三酯从食物中和肝脏合成而来 饮食失当是导致高脂血症的首要原因 运动与不运动对血脂的影响有着明显的差异 精神紧张也是导致高脂血症的重要原因 吸烟对血脂有影响 大多数长期饮酒者都有调用脂血症 高脂血症的发病与遗传有关 一些疾病或药物也是高脂血症发生的原因 儿童高脂血症应引起家长和社会的关注 肥胖人容易得高脂血症 瘦人患高脂血症者也不少见 中医对高脂血症病因的认识 高脂血症的危害 高脂血症对身体健康的危害 血脂增高能促发动脉粥样硬化 高脂血症可导致两种致使疾病：冠心病、急性胰腺炎 第二章 去医院看病 危险的信号 高脂血症不可能做到早期自我诊断 早期发现高脂血症只能通过定期检查来实现 黄色瘤 视力下降 头晕 心绞痛 腹痛 就医须知 应在内科、内分泌科就诊 查出高血脂后怎么办 医生的检查 医生的诊断 医生的治疗 第三章 配合医生治疗 第四章 疾病监测与并发症预防 第五章 高脂血症患者自我治疗方法 第六章 高脂血症患者长期保健策略

## <<学会调节血脂>>

### 媒体关注与评论

书评怎样明明白白防病治病？

- 多发病的预防非常重要，得了病再治不如不得病，本书教您怎样轻松防病。
- 有些病防不胜防，万一得了病还得积极治疗，本书教您如何进行全方位康复治疗。
- 了解自己的身体和病情，才能顺利康复、重获健康生活。

## <<学会调节血脂>>

### 编辑推荐

高脂血症危害严重，它可以引发动脉硬化，引起高血压、冠心病以及脑血管疾病等疾病。只有改变不健康的生活方式，与医生建立信赖关系，积极配合医生的治疗，加强自我监测，坚持长期保健策略，才能摆脱高脂血症的困扰。

本书将教你如何防御和治疗高脂血病，让你做自己的保健医生。

<<学会调节血脂>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>